

春休み限定 プチパーソナルトレーニング

トレーナーによる
4回のパーソナル
トレーニング体験



トレーニングをしようと思っていたけれどチャンスを逃していた方へ！
トレーナーがあなたにあったトレーニングをプログラム&指導します。

誰でも気軽にどうぞ！

スポーツ・健康科学教育研究センターでは、
全学生・全教職員が気持ちよく体を動かせる環境づくりに取り組んでいます。

プチパしよう！

問い合わせ・申し込み先
甲南大学岡本トレーニングルーム(5号館東側)

開室時間



2月



3月



甲南大生、その君！

ねえ、ねえ、君の血液って酸欠血液？ それとも酸素たっぷり血液？

ここでヘモグロビンがはかれるぞ。

甲南大生、その君！

ねえ、ねえ、君の骨ってからっぽ骨？ それともがんじょう骨？

ここで骨密度がはかれるぞ。

甲南大生、その君！

ねえ、ねえ、君の筋肉ってぶよぶよ筋肉？ それともイケてる筋肉？

ここで筋肉脂肪量がはかれるぞ。

甲南大生、その君！

ねえ、ねえ、君の心臓ってへトへト心臓？ それともイキイキ心臓？

ここで血圧がはかれるぞ。

誰でも測定できます！

スポーツ・健康科学教育健康センターでは、
全学生・全教職員が気持ちよく体を動かせる環境づくりに取り組んでいます。

問い合わせ・申し込み先: 甲南大学iCommonsトレーニングルーム (iCommons 2F)